

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

ΕΝΙΑΙΑ ΓΡΑΠΤΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ Β' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟΥ 20 22 - 20 23

Β' ΤΑΞΗΣ ΤΕΣΕΚ

ΣΕΙΡΑ Α'

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : Τετάρτη, 24 Μαΐου 2023

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΣΩΜΑΤΟΣ – ΤΕΜ2

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ : thaa202

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ: 90' λεπτά

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΔΕΚΑ (10) ΣΕΛΙΔΕΣ.

ΤΑ ΜΕΡΗ ΤΟΥ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΡΙΑ (Α', Β' ΚΑΙ Γ').

ΟΔΗΓΙΕΣ (για τους εξεταζόμενους)

1. Να απαντήσετε **ΟΛΑ** τα ερωτήματα πάνω στο εξεταστικό δοκίμιο.
2. Να μη γράψετε πουθενά το όνομά σας στο εξεταστικό δοκίμιο εκτός του καθορισμένου χώρου στο χαρτονάκι που σας έχει δοθεί.
3. Να απαντήσετε σε όλα τα θέματα μόνο με πένα χρώματος μπλε ανεξίτηλης μελάνης.
4. Απαγορεύεται η χρήση διορθωτικού υγρού και διορθωτικής ταινίας.

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΝΑ ΕΚΤΥΠΩΘΕΙ: **ΕΓΧΡΩΜΟ**

ΜΕΡΟΣ Α΄: Αποτελείται από έξι (6) ερωτήσεις. Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με οκτώ (8) μονάδες. (Σύνολο μονάδων 48)

1. Να εξηγήσετε τι είναι ο φωτότυπος και να αναφέρετε το σύστημα ταξινόμησης που χρησιμοποιείται για τη διάγνωση του.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Να επιλέξετε το Σωστό για κάθε σωστή πρόταση και το Λάθος για κάθε λανθασμένη πρόταση που σας δίνεται στον πίνακα 1.

Πίνακας 1

(α)	Στο σωματότυπο αχλάδι το λίπος είναι συσσωρευμένο στον κορμό (κοιλιά και στομάχι) και οι γλουτοί είναι μικροί.	Σωστό/Λάθος
(β)	Η κυτταρίδα είναι φλεγμονή.	Σωστό/Λάθος
(γ)	Οι μετρήσεις πόντων στο σώμα γίνονται για τον έλεγχο απώλειας βάρους τοπικά ή ολικά ή για τη σύσφιξη του σώματος.	Σωστό/Λάθος
δ)	Ο έλεγχος του φωτότυπου είναι πολύ σημαντικός στα ινστιτούτα αισθητικής που χρησιμοποιούν τεχνικές φωτόλυσης ή λείζερ.	Σωστό/Λάθος

3. α) Να συμπληρώσετε τα κενά στις πιο κάτω προτάσεις με τις λέξεις που σας δίνονται στην παρένθεση (αχλάδι, εντοπισμένη, λίπους, έντασης, γενικευμένη, ταχύτητας).

Η κυτταρίδα ανάλογα με τον σωματικό της εντοπισμό διακρίνεται σεκυτταρίδα και κυτταρίδα.

Η απισχναντική μάλαξη εφαρμόζεται στο σωματότυποσε τμήματα με συσσώρευση Οι κινήσεις είναι συνεχείς, ρυθμικές μεγάλης και ώστε να επιτυγχάνεται η ενεργοποίηση του μεταβολισμού.

β) Να ονομάσετε τα δύο (2) βασικά κοσμητικά προϊόντα αντιμετώπισης της κυτταρίτιδας.

1.

2.

4. α) Στον πίνακα 2, στη στήλη Α απεικονίζονται διάφοροι μέθοδοι για την αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας. Να ονομάσετε στην στήλη Β, τις μεθόδους που απεικονίζονται.

Πίνακας 2

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β





β) Να αναφέρετε τις τέσσερις (4) τεχνικές διάγνωσης της κυτταρίτιδας.

1.
2.
3.
4.

5. Στον πίνακα 3, να αντιστοιχίσετε το ποσοστό λίπους ενός ατόμου που αναφέρεται στη Στήλη Α, με τις κατηγορίες της Στήλης Β, συμπληρώνοντας τον πίνακα που σας δίνεται.

Πίνακας 3

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
(1) Μικρότερο από 18,5	(α) Υπέρβαρο
(2) Μεταξύ 18,5 και 24,9	(β) Φυσιολογικό βάρος
(3) Μεταξύ 25 και 29,9	(γ) Παχυσαρκία
(4) 30 και μεγαλύτερο	(δ) Ελλιποβαρές

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
(1)	
(2)	
(3)	
(4)	

6. α) Να ορίσετε την απίσχναση (αδυνάτισμα) και να εξηγήσετε πως επιτυγχάνεται.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

β) Να γράψετε τέσσερα (4) σημεία του σώματος που εμφανίζεται η κυτταρίδα.

1.
2.
3.
4.

ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Α΄
ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Β΄

ΜΕΡΟΣ Β΄: Αποτελείται από τέσσερις (4) ερωτήσεις. Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες. (Σύνολο μονάδων 40)

7. Να εξηγήσετε τα τέσσερα στάδια της κυτταρίτιδας.

Στάδιο 0:
.....
.....

Στάδιο 1:
.....
.....

Στάδιο 2:
.....
.....

Στάδιο 3:
.....
.....

8. Α) Να ορίσετε την παχυσαρκία.

.....
.....

Β) Να αναφέρετε έξι (6) παράγοντες οι οποίοι λειτουργούν ως ρυθμιστές της κατανομής του λίπους στις διάφορες περιοχές του σώματος.

α)

β)

γ)

δ)

ε).....

στ)

9. Να κυκλώσετε την ορθή απάντηση στις πιο κάτω ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής.

α. Η κυτταρίδα είναι:

- i) νόσημα πολυπαραγοντικής φύσεως
- ii) πάθηση
- iii) φλεγμονή
- iv) δερματική βλάβη της επιφάνειας του δέρματος

β. Σύμφωνα με έρευνες, το ποσοστό των γυναικών που αντιμετωπίζουν πρόβλημα κυτταρίδας ανέρχεται σε:

- i) 75-85%
- ii) 65-75%
- iii) 85-95%
- iv) 70-80%

γ. Όταν η κυτταρίδα είναι εμφανής μόνο κατά τη σύσπαση του δέρματος ή κατά το τεστ τσιμπήματος είναι τύπου:

- i) συμπαγής
- ii) χαλαρή
- iii) επώδυνη
- iv) ελαφρά

δ. Όταν η κυτταρίδα είναι εμφανής σε κάθε θέση, με πίεση ή χωρίς ανήκει στο:

- i) στάδιο 0
- ii) στάδιο 1
- iii) στάδιο 2
- iv) στάδιο 3

ε. Η κυτταρίδα δεν εμφανίζεται:

- i) στις γάμπες
- ii) στο εξωτερικό των μπράτσων
- iii) στην κοιλιά
- iv) στους μηρούς

ζ. Μια αποτελεσματική μέθοδος αντιμετώπισης της κυτταρίδας θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- i) μην υποστηρίζει την μικροκυκλοφορία
- ii) ελέγχει τις επιδράσεις των ελευθέρων ριζών στο σώμα
- iii) μειώνει την κυκλοφορία του αίματος
- iv) συγκεντρώνει τις τοξίνες του σώματος

η. Οι υπέρηχοι χρησιμοποιούνται στις θεραπείες σώματος για:

- i) καταπολέμηση της κυτταρίδας
- ii) βελτίωση των ραγάδων
- iii) σύσφιξη των μυών
- iv) αφαίρεση ευρυαγγείων

θ. Στην απισχναντική μάλαξη οι κινήσεις είναι:

- i) διακεκομμένες
- ii) ρυθμικές
- iii) μικρής έντασης
- iv) μικρής ταχύτητας

ι. Ραδιοσυχνότητα ονομάζεται η συχνότητα που βρίσκεται μεταξύ :

- i) 3KHZ και 300GHZ
- ii) 4KHZ και 400GHZ
- iii) 5KHZ και 500GHZ
- iv) 6KHZ και 600GHZ

κ. Ποια από τις πιο κάτω τεχνικές είναι λάθος για τη διάγνωση της κυτταρίτιδας;

- i) το τεστ της φλούδας του πορτοκαλιού
- ii) το τεστ υπαισθησίας
- iii) θερμογραφία
- iv) το τεστ του τσιμπήματος

10. Να γράψετε πέντε (5) σημεία τα οποία πρέπει να λαμβάνονται υπόψη για να επιτευχθούν καλές διατροφικές συνήθειες στα πλαίσια θεραπείας της κυτταρίτιδας.

α)

.....

β)

.....

γ)

.....

δ)

.....

ε).....

ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Β΄

ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Γ΄

ΜΕΡΟΣ Γ΄: Αποτελείται από μία (1) ερώτηση.

Η ορθή απάντηση βαθμολογείται με δώδεκα (12) μονάδες.

11. Α) Να συμπληρώσετε τον πιο κάτω πίνακα της κλίμακας Fitzpatrick για τη διάγνωση του φωτότυπου.

Φωτότυπος	Χρώμα δέρματος	Χρώμα μαλλιών	Χρώμα ματιών	Αντίδραση στον ήλιο
1	Γαλακτώδες, λευκό, φακίδες	Κοκκινωπά, ξανθά
2	Ανοιχτά πράσινα, καστανά
3	Ωχρο λευκό ως μέτριο φαιοπράσινο	Μερικές φορές καίγεται, μαυρίζει
4	Καστανό, χροιά θαμπή	Σκούρα καστανά ως μαύρα
5	Μαύρα

Β) Να γράψετε έξι (6) οφέλη των μεθόδων (θεραπειών) αντιμετώπισης της κυτταρίτιδας.

1.
2.
3.
4.
5.
6.

